多起死亡事件后,一批中药注射液或被淘汰

重磅医讯

近日,国家药监局、国家卫健委与国家中医药局联合发布《关于进一步推进药品上市许可持有人加快开展中药注射剂上市后研究和评价工作的公告(征求意见稿)》。

这份意见稿要求在《中华人民共和国药品管理法》(2019年修订)实施前上市的中药注射液都需要进行上市后研究——主动评价一批、责令评价一批、依法淘汰一批。这是史上最严厉的中药注射液监管措施。

中药注射液是特殊历史时期的产物,第一支中药注射液诞生于1941年,属于抗战时期的应急药品。此后几十年,中药注射液行业野蛮生长,目前,有超过130种中药注射液品种,其中包括多款年销售额超10亿元的品种。

这些注射液覆盖心脑血管病、肿瘤、感染疾病等多种疾病,但有效性和安全性问题受到诟病。

《国家药品不良反应监测年度报告(2024年)》数据显示,中药所致不良反应占12%,其中四分之一来自注射液。

虽然中药注射液在中药总体不良反应报告量中占比看似不高,但一旦发生问题,后果往往严重。

传统中药多为口服,消化系统代谢能显著降低毒性,而中药注射液成分复杂,直接注入静脉,易引发过敏性休克等严重速发型过敏反应。

2025年5月,安徽阜阳一名54岁患者因头晕前往阜阳市中医院就诊,在输注刺五加注射液后,出现意识模糊等症状,两小时后经抢救无效死亡;2023年11月,山西一位患者在肝功能异常且有过敏史的情况下,被违规输注中药注射液后出现休克。

2006年至今,多位业内专家曾多次呼吁对中药注射液进行再评价,2023年12月,国家药监局宣布组建已上市中药注射液上市后研究和评价专家工作组,组长为中国工程院院士张伯礼。

该工作组有关专家介绍,中药注射液的研究评价需建立一套规范的程序:一是要明确患者诊疗过程中的不良反应是否为中药造成,即建立规范的因果关系评价方法,明确原因机制,目前公众有关中药注射液的担忧主要集中于过敏反应,因而积极探索中药注射液所可能诱发的机体免疫反应,也是研究评价中的重要内容之一;二是要从中医药本身质量出发,加强中药原料药和中药注射液生产过程的质量管理,而不仅是加强对中药注射液具体含量的确定;三是明确中药注射液的应用范围,从而指导临床医生按照剂量、疗程、联合用药方案等进行精准用药。

专家工作组成立一年多后,最强力的中药注射液再评价政策终于宣告问世。

(摘自《经济观察报》张铃/文)

霜降后每天做好三件事

中医保健

10月23日迎来了秋季的最后一个节气——霜降。天气渐寒,开始降霜,冬天悄然"叩门"。在中医看来,霜降是秋冬交接的关键节点,也是人体阳气由"收"转向"藏"的重要时期,每天需做好三件事,以抵御寒冬的侵袭,并为来年春天的生发,积蓄能量。

第一件事:十分钟晒背,补足阳气。督脉走行于人体后背的正中,是人体阳气的总开关,属于"阳脉之海",统领一身阳气。霜降后,阳气内收,人体容易阳气不足。每天上午10时、下午2时的阳光温暖柔和,晒背可以温通督脉、补充阳气、驱散寒邪。

第二件事:多喝水,润透全身。霜降凉燥当令,寒冷干燥的空气会悄悄带走身体水分,导致咽干咽痒、干咳、眼干、皮肤干燥、便秘等一系类干燥症状。虽然增加饮水量可以暂时缓解症状,但并不持久。霜降时节喝水一定要达到润透目的,让水液被身体有效吸收才行。

第三件事:十分钟浴足,引火归元。建议用能没过脚踝的40℃左右温水,泡脚十分钟,使身体微微发热但不出汗。水中可加一小撮盐或几滴生姜精油,泡完后立即用毛巾擦干,穿上袜子保暖,有助于改善睡眠质量,预防感冒,还能驱散一天积累的寒气。

(摘自《健康报》)

关节炎不是"冻"出来的

教你一招

骨关节炎是一种以关节软骨损害为主,并累及整个关节组织的常见关节疾病,主要分为原发性和继发性两类。

北京中医药大学东方医院风湿科副主任医师韦尼表示:原发性骨关节炎是一种长期、慢性、渐进的疾病,其发生与年龄、肥胖、炎症、创伤、遗传等因素有关;继发性骨关节炎则是由于结构改变,引起关节软骨变性和退变,导致关节功能障碍的骨关节病。

由于发病率、致残率高,早在1999年,世界卫生组织就将骨关节炎与心血管疾病、癌症并列为威胁人类健康的三大"杀手"。

很多人听过这样一句劝告:"冬天裤子穿厚点,不然会冻出关节炎。"

其实,阴冷天气不会引起或加重骨关节炎,但会使关节炎的症状更明显。尤其是遇到降温、寒冷、大风等天气变化,患关节炎的人总能"未卜先知"。

(据新华健康)

三种调脂药"兼职"降尿酸

安全用药

提到阿托伐他汀、瑞舒伐他汀、非诺贝特,很多人会立刻想到降血脂。的确,它们是临床上调节血脂的常用药,比如阿托伐他汀、瑞舒伐他汀能重点降胆固醇,非诺贝特擅长降甘油三酯。不过,这三种药还有个隐藏技能——降尿酸。

以阿托伐他汀为例,它属于他汀类调脂药,可通过改善血管内皮功能,增加肾脏血流量,让肾脏排出尿酸的能力变强,从而降低血尿酸水平。同属他汀类的瑞舒伐他汀也有类似作用,研究发现,该药能轻微促进尿酸排泄,尤其适合同时有高血脂和高尿酸的人群使用。而非诺贝特属于贝特类调脂药,降尿酸效果相对更明确,能通过抑制肾脏对尿酸的重吸收,让更多尿酸通过尿液排出,特别适合高甘油三酯合并高尿酸的患者。

需要注意的是,这三种药"兼职"降尿酸的效果存在个体差异,并非对所有人都有效。

更重要的是,这三种药都是处方药,能不能用、用哪种、剂量多少,都得由医生根据患者具体情况,如血脂类型、尿酸水平、肝肾功能、有没有其他疾病来判断。有的人可能对他汀类药物不耐受,有的人用非诺贝特可能影响肝功能,盲目用药会有风险。而且,如果已经在吃专门的降尿酸药,再用这些调脂药时,医生需要评估药物间会不会产生相互作用,避免影响药效或增加副作用。患者在用药过程中有任何不适,都应及时复诊。

(摘自《中国医药报》)

高强度运动一分钟也能延寿

运动保健

近日,英国《新科学家》周刊网站报道,澳大利亚悉尼大学的研究团队进行的一项最新研究发现,每天仅完成1分多钟高强度运动的人群,随后6年的全因死亡风险显著降低。

此前,该团队完成了一项基于英国生物银行数据库中数万名参试者数据的研究。结果发现,与不运动的人群相比,每天进行约4.4分钟高强度运动的人,在随后的七八年内全因死亡风险降低38%。

这次,该团队以美国国家健康和营养调查中的3300名参试者数据为依据,对比参试者运动量与随后几年死亡风险的关联。这些参试者超重肥胖比例更高,健康水平总体低于英国生物银行数据库的参试者。结果显示,每天仅1.1分钟的高强度运动,能使随后6年全因死亡风险降低38%。

即便对不经常运动的人群,每天进行1分多钟的高强度运动也能降低死亡风险,延年益寿。比如,每天做五六次高强度运动,每次坚持10秒左右,可显著降低全因死亡风险。

(摘自《上海老年报》)

(本版所登偏方、验方仅供参考,请在医生指导下使用)

上海、成都辟谣"取消中考"

热点观察

近日,上海市教委印发《上海市普通高中高质量发展实施方案》,其中包括试点长学制贯通培养模式。成都市教育局近期也公布,探索开展小-初-高12年贯通式培养改革试点。

此番消息在网络上引起热议和猜测,其中包括"是否要取消中考"等。

10月22日,上海市教委发布"《上海市普通高中高质量发展实施方案》的八个问答",对于方案提出的"试点长学制贯通培养模式,支持优质高中向下延伸、优质初中向上延伸办学,推动建设一批高质量的完中和含高中的一贯制学校"进行了官方解读,对"取消中考"进行辟谣。

上海市教委表示,这是落实"优化高中教育资源配置布局和育人方式改革国家战略"的具体举措之一。

一是实现资源弹性优化与充分利用。从中学学龄人口变化趋势来看,教育资源的精准供给面临着学龄人口"梯次达峰"的压力和挑战。推动建设一批高质量的完中和含高中的一贯制学校,结合学龄人口变化趋势适时调节不同学段规模,在学位供需波动时更具弹性,也能促进跨学段实验室、图书馆、剧场、特色课程等优质教育资源共享,有助于进一步优化教育资源配置,避免教育资源的不足或浪费。

二是深化育人方式改革的持续探索。一直以来,上海部分学校探索长学制贯通培养并取得了系统性的工作经验,方案提出试点长学制贯通培养,是在已有工作基础上的进一步深化,通过构建一体化培养链,让学生成长路径更连贯,提升人才培养的整体效能。长周期贯通培养的实质是对课程进行统一设计,实现资源的贯通使用,并非取消中考。

同日,成都市教育局也明确回应,贯通式培养改革试点与"试点取消中考"并无直接关联。

首先从规模上来说,只有8个学校参与试点,范围极小,只是针对试点学生群体、试点学校的个性化探索,远非全市范围内的中考制度取消。

其次,据官方介绍,其改革的目的也不在于取消中考,而在于探索更科学、连贯的人才培养模式,包括育人方式改革、教学方式改革、评价方式改革等。

成都市教育局相关负责人表示,当前推行的贯通培养试点是一项人才培养模式的改革探索,不影响全市请广大家长和学生勿信谣、传谣,一切教育政策请以官方发布为准。

(综合《四川日报》、上海教育微信公众号、潮新闻等)

柯洁批评儿童编程课,对家长是一个提醒

科学育儿

近日,"柯洁说儿童编程课是智商税"相关话题冲上热搜,引发网友热议。

直播视频中,围棋世界冠军柯洁态度鲜明:"如果我自己有小孩是绝对不会让他很小的时候就去触碰AI。"他称市面上的AI课程都是"智商税中的智商税,还不如先把语文学好",提醒家长别盲目跟风,理性避坑才是关键。

其实,早在多年前,家长送孩子学儿童编程就存在争议。"未来的文盲,就是现在不懂编程的小孩""不会写代码就丧失了网络生存能力"……这些儿童编程培训广告充斥于自媒体和公共场所,引发家长焦虑。

如奥数培训一样,盲目跟风,不管孩子有无兴趣都把孩子送去儿童编程培训班,这是花冤枉钱,而且会影响孩子的健康成长。家庭教育本身就具有个性化、差异化的特点,家长要有对孩子学习、成长的理性规划,要有科学的育儿观,能不能让孩子学编程,不宜一概而论。

不少家长认为,在AI时代要让孩子早一点接触AI,这样才能跟上时代。其实,AI时代的最大挑战是知识、技术快速迭代。应对挑战,不是让孩子去学习怎么使用AI的知识、技术,而是要求学生,从学会知识到学会学习、学会思考、学会创新。

(据新京报官微)

学习浙大,用市场手段缓解住宿紧张

教育论坛

近日,浙江大学发布采购意向公告,拟租赁社会用房作为学生宿舍,引发关注。公告显示,因校内学生宿舍住宿紧张,拟在浙江大学紫金港校区周边5公里范围内租赁社会用房,要求精装修拎包入住,提供床位不少于3000张。

在校外租房作为学生宿舍,浙大的选择,对现实困境的务实回应,也为高校应对宿舍资源紧张的问题,提供了一个可行的路径。

相对于新建校舍,租房的成本更低,并且更加灵活,可以根据招生规模适时调整。同时,也能够盘活社会上闲置的一些住房,提高资源的利用效率。

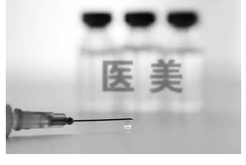
当然,校外租房当学生宿舍并非毫无挑战。比如,它可能增加学生的通勤成本。学生在校外居住的安全性,是否能够得到很好的保障?这些都是需要进一步优化落实的问题。

在高校持续扩张的背景下,未来,像浙大一样,用市场化的手段,来缓解住宿资源紧张的操作,会更加常见。这其实也代表了高校后勤服务社会化的大趋势。这也提醒我们,高等教育的发展,不能只是一味地扩张,要避免扩张速度和硬件基础脱节,用更加开放的思维来解决问题。无论是新建宿舍、改造旧楼,还是租赁社会租房,最终目标都应是为学生创造安全、便利、有归属感的生活环境。

(据九派新闻)

助青少年医美避坑,不妨从审美教育开始

课堂内外



"毕业季特惠""学生分期免息""凭准考证或毕业证可享6到8折优惠"……近日,有媒体报道,部分医美机构将青少年视为重要客源,推出系列营销活动。据《中国医疗美容行业白皮书》,2024年全国医美市场规模达3790亿元,18岁至22岁群体成为增长最快的消费群体,占总消费人群的28.5%。

"爱美之心,人皆有之",这本无可厚非。然而,部分青少年寻求医美服务,往往是被焦虑、攀比等情绪所裹挟,缺乏足够的理性。

因此,面对医美乱象,必须依法依规加强管理。与此同时,培育健康审美也应成为重要一环。

青少年需要学会欣赏自己的独一无二,也要认识到,真正的美不局限于外在,自信是美,蓬勃的健康也是美。

这背后,需要家长和学校做好引导,让未成年人形成健康自然的审美追求。

(摘自《新华每日电讯》10.21)

过度『监控』易让孩子厌学

亲子之道

小吴升入中学一个多月了,他能明显感觉到学习压力大了不少。尽管小吴已经很努力调整自己的状态,但是父母还是对他不满意。

小吴委屈地说:"父母对我的督促,简直让我喘不过气来。'你怎么又躺着了''已经歇了半个小时了,还不去看书'。哪怕我发了一会儿呆,也觉得我是在浪费时间。像是在我身上安了监控的做法,我怎么也接受不了。"

天津市和平区心理健康教育及家庭教育领衔团队专家李晓珊老师说,家长督促孩子学习本无可厚非,但何时督促、如何督促都不能"越界"。

李晓珊老师建议,首先,家长要清楚地认识到,学习这件事始终是孩子自己的事情。家长作为协助者,做好引导和适度提醒即可。家长对孩子的学习应该是支持,而非控制。其次,家长对孩子的学习成绩和排位,要有客观的评判,而不是追求"绝对数值"。随着孩子年级的升高,家长应设定符合孩子实际情况的目标,孩子才能从心理上更容易接纳。如果家长眼睛和嘴总盯着孩子是否放松太久这件事,言语和行为上绑架孩子,那么孩子出现心理问题、厌学的风险会大大增加。最后,家长要稳定好自己的心态,尝试把松弛感还给孩子,让孩子在学习之余找到一个可以发泄放松的出口,会更有利于孩子调整状态,投入接下来的学习中。

(摘自《今晚报》贾林娜/文)